

Receta de Gratinado de Coliflor y Salmón

16 Oct 2014



Buenos días a tod@s, para hoy jueves que el tiempo está fresquito, os dejo esta rica receta que seguro que os gustará, y además aprovecháis para tomar verdura y pescado en casa.

Ingredientes

- Patatas (dos medianas)
- Filetes de salmón (dos)
- Coliflor (sobre 500grs)
- Cebolla (una pequeña)
- Nata líquida (100ml)
- Perejil picado
- Sal y Pimienta
- Aceite de oliva
- Queso rallado

Modo de Preparación

1. Pelar las patatas y cortar en láminas o trozos pequeños
2. Lavar la coliflor y partirla en floretes
3. Poner a cocer las patatas y la coliflor con agua y un poco de sal, cuando esté cocido escurrir y aplastar con un tenedor haciéndolo puré, echarlo un poco de perejil picado y mezclarlo bien todo
4. En una sartén con un poco de aceite de oliva, refreír la cebolla picadita
5. Salpimentar los filetes de salmón y añadirlos a la sartén con la cebolla, desmenuzar el salmón con ayuda de una cuchara y dejar que se haga y después retirar y reservar
6. En una fuente apta para el horno, colocar una primera capa de puré de patatas y coliflor
7. A continuación poner una capa del salmón y después otra de puré, terminando con una capa de salmón
8. Cubrir todo con una capa de nata líquida y espolvorear el queso rallado por encima
9. Precalentar el horno a 180º
10. Meter la fuente en el horno unos cinco o diez minutos hasta que se dore el queso
11. Servir caliente y....buen provecho!!!